

—जन्मदिन पूजा विधि—

पूजा आरम्भ करने से पहले यज्ञोपवीत धारण करें। थाल में सात गांठ वाले नारीवन को रख कर नमस्कार करते हुए पढ़ें -

शुक्लाम्बरधरं विष्णुं शशिवर्णं चतुर्भुजम् । प्रसन्नवदनं ध्याय सर्वविघ्नोपशान्तये । अभिप्रीतार्थसिद्धयर्थं पूजितो यः सुरैर-अपि सर्व-विघ्नच्छिदे तस्मै गणाधिपतये नमः ।

हृदय और मुख को जल छिड़कते हुए पढ़ें—

तीर्थे स्नेयं तीर्थमेव समानानां भवति । मा नः शंसा अरूपो धृतिः प्राणङ् मर्त्यस्य रक्षा णो ब्रह्मणस्यते ।

अनामिका अंगुली में पवित्र धारण करके अपने आपको तिलक, अर्घं, पुष्प लगाते हुए पढ़ें—

परमात्मने पुरुषोत्तमाय पञ्चभूतात्मकाय विश्वात्मने मन्त्रना-
थाय आत्मने नारायणाय आधारशक्त्यै समालभनं गन्धो नमः अर्घो
नमः पुष्पं नमः ।

रत्नदीप धूप को तिलक, अर्घं, पुष्प अर्पण करके सूर्य भगवान् को थाली में तिलक तथा अर्घं, पुष्प अर्पण करते हुए पढ़ें—

नमो धर्मनिधानाय नमः स्वकृतसाक्षिणे । नमः प्रत्यक्षदेवाय
भास्कराय नमो नमः ।

खोसू से थाली में नारीवन के ऊपर अर्घं सहित जल की धारा डालते हुए पढ़ें—

यत्रास्ति माता न पिता न बन्धुर भ्रातापि नो यत्र सुहृत्-
जनश्च । न ज्ञायते यत्र दिनं न रात्रिः तत्रात्मद्वीपं क्षरणं प्रपद्ये आत्मने
नारायणाय—आधारशक्त्यै धूपदीपसङ्कल्पात्सिद्धिर-स्तु धूपो नमः

दीपो जमः ।

जल सहित खोसू में थोड़ा सा तिलक और तीन पुष्प डालते हुए पढ़ें—
सं वा सृजामि हृदयं संसृष्टं मनो अस्तु वः । संसृष्टः-तन्वः सन्तु
वः संसृष्टः प्राणो अस्तु वः । सं यावः प्रियाः-तन्वः सं प्रिया हृद-
यानि वः आत्मा वो अस्तु सं प्रियः सं प्रियः तन्वो मम ।

इसी जल की घारा को नारीवन पर डालते हुए पढ़ें—

अरिवनोः प्राणस्तौ ते प्राणं दत्ता तेन जीव । मित्रावरुणयोः
प्राणस्तौ ते प्राणं दत्ता तेन जीव । बृहस्पतेः प्राणः स ते प्राणं ददातु
तेन जीव ।

जन्मोत्सवदेवताभ्यः जीवादानं परिकल्पयामि नमः ।

चावल सहित दमं के दो तिनके सीधे हाथ में लेकर तीन बार गायत्री
मन्त्र पढ़ें—

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो
योनः प्रचोदयात् ॐ ३ ।

जन्मोत्सवदेवतानां अर्चा अहं करिष्ये ॐ कुरुष्व ।

इस मन्त्र से हाथ में पकड़े हुए दमं के दो तिनके निर्माल्य में डाल कर
फिर से दमं के दो तिनके आसन के रूप में नारीवन के सामने डालते
हुए पढ़ें—

सप्तजन्मोत्सवदेवतानां आसनं नमः ।

चावल सहित दमं के दो तिनके हाथ में पकड़ कर केवल चावल को
कन्धों से फेंकते हुए पढ़ें—

सप्तजन्मोत्सवदेवताभ्यः युष्मान् पूजयामि । ॐ पूजय ।

दमं के दो तिनके इसी तरह पकड़ कर पढ़ें—

सहस्रशर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात् । स भूमिं विश्वतो वृत्वा
अत्यतिष्ठत्-दशाङ्गुलम् जन्मोत्सवदेवताः आवाहयिष्यामि । ॐ
आवाहय ।

ऊपर पकड़े हुए दर्भ के दो तिनके निर्भाल्य में डाल कर तीन बार फूल
नारीवन पर डाल कर पढ़ें—

भगवन् ! पुण्डरीकाक्ष ! भक्तानुग्रहकारक ! अस्मद्दयानुरोधेन
सन्निधानं कुरु प्रभो ! ३ ।

दोनों कन्धों के ऊपर से अर्घ फेंक कर प्राणायाम करके खोसू में जल
डालते हुए पढ़ें—

पाद्यार्थमुदकं नमः । शन्नो देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये
शं योरभिस्रवन्तु नः ।

लाय केसर सर्वौषधि दर्भ जल ये सब चीजें खोसू में डाल कर नारीवन
पर यही जल छोड़ते हुए पढ़ें—

अश्वत्थाम्ने बलये व्यासाय हनुमते कृपाचार्याय मार्कण्डेयाय
परशुरामाय सप्त चिरजीवेभ्यः पाद्यं नमः ।

पाद्य का बचा हुआ पानी निर्भाल्य में डाल कर फिर से खोसू में जल
डालते हुए पढ़ें—

शन्नो देवीरभिष्टय आपो भवन्तु पीतये शं योरभिस्रवन्तु नः ।

जल, दर्भ, घी, दही, चावल, जी सर्वौषधि ये घ्राठ चीजें खोसू में डाल
कर नारीवन पर डालते हुए पढ़ें—

अश्वत्थमन् बल व्यास हनुमन् कृपाचार्य मार्कण्डेय परशुराम
सप्तचिरजीवाः इदं वोऽर्घ्यं नमः ।

शुद्ध जल डालते हुए पढ़ें—

प्रजापति जन्मोत्सवदेवताभ्यः आचमनीयं नमः ।

किसी कटोरी में फूलों का आसन बनाते हुए पढ़ें—

आसनाय नमः गरुडासनाय नमः पद्मासनाय नमः शतदल-
पद्मासनाय नमः सहस्रदलपद्मासनाय नमः ।

किमासनं ते गरुडासनाय किं भूषणं कौस्तुभभूषणाय । लक्ष्मी-
कलत्राय किमस्ति देयं वागीश किं ते वचनीयमस्ति ।

नारीवन को आसन पर बिठाते हुए पढ़ें—

उत्-तिष्ठ भगवन्-विष्णो ! उत्-तिष्ठ कमलापते ! उत्-तिष्ठ
त्रिजगत्-नाथ ! त्रैलोक्यमङ्गलं कुरु ।

नारीवन के सात गांठों को तिलक लगाते हुए पढ़ें—

अश्वत्थाम्ने बलये व्यासाय हनुमते कृपाचार्याय माकण्डेयाय
परशुरामाय सप्त चिर जीवेभ्यः समालभनं गन्धो नमः ।

इन्हीं सात नामों का उच्चारण करके नारीवन पर अर्घ और पुष्प
चढाते हुए पढ़ें—

अश्वत्थाम्ने० अर्घो नमः पुष्पं नमः ।

धूप और रत्नदीप कपूर चढाते हुए पढ़ें—

वेजोसि शुक्र-असि ज्योतिर-असि घामासि प्रियं देवानां अना-
धृष्टं देवयजनं देवताभ्यस्त्वा देवताभ्यो गृह्णामि यज्ञेभ्यस्त्वा यज्ञिये-
भ्यो गृह्णामि जन्मोत्सवदेवताभ्यः धूपं रत्नदीपं कपूरं च परिकल्प-
यामि नमः ।

चामर करते हुए पढ़ें—

जय नारायण जय पुरुषोत्तम जय वामन कंसारे, उद्धर मा-
असुरेश्विनाशन् पतितोहं संसारे । घोरं हर मम नरकरिषो केशव
कन्मपभारं, माम्-अनुकम्पय-दीनमूअनाथं कुरु भवसागरपारम् ।

भगवते वासुदेवाय लक्ष्मीसहिताय नारायणाय सप्तजन्मो-
त्सवदेवताभ्यः चामरं परिकल्पयामि नमः ।

फूल चढाते हुए पढ़ें—

ॐ ध्येयं सदा परिभ्रवन्म-अमीष्टदोहं तीर्थास्पदं शिवविरिञ्चि-
नुतं शरण्यम् । भृत्यार्तिहं प्रणतपाल भवाब्धिपोतं वन्दे महापुरुष ते
चरणारविन्दम् ।

नमस्कार करते हुए पढ़ें—

उमाभ्यां जानुभ्यां पाणिभ्यां शिरसा उरसा मनसा वचसा च
अष्टाङ्ग नमस्कारं करोमि नमः ।

नारीवन पर आचमन के लिये जल डालते हुए पढ़ें—

प्रजापति जन्मोत्सवदेवताभ्यः आचमनीयं नमः ।

दक्षिणा डालते हुए पढ़ें—

जन्मोत्सवदेवताभ्यः दक्षिणायै तिल हिरण्य रजत निष्कर्ण
ददानि ।

फिर ये दक्षिणा अर्पण करते हुए पढ़ें—

एता देवताः सदक्षिणान्नेन प्रीयन्तां प्रीताः सन्तु ।

पुष्प चढाते हुए पढ़ें—

ओं तत्-विष्णोः परमं पदं सदा पश्यन्ति सूरयः । दिवीव चक्षुर-
आततं । तत्-विप्रासो विपण्यवो जागृवांसः समिन्धते विष्णोर यत्परमं
पदम् ।

अब नैवेद्य तहर या क्षीर थाली में लाकर एक पात्र में चुटो और पांच
मिचियां रखें नैवेद्य के साथ दही और मिषरी भी रखें, नैवेद्य की थाली
को दोनों हाथों से पकड़ कर सारा नैवेद्य (पृष्ठ नं० १३३ से पढ़ें) फिर
दर्भ के दो तिनके हाथ में पकड़ कर देवताओं को विसर्जन करते हुए गायत्री
मन्त्र तीन बार पढ़ कर फिर से पढ़ें —

अश्वत्थाम्नः बले व्यासस्य हनुमतः कृपाचार्यस्य मार्काण्डे-
यस्य परशुरामस्य जन्मोत्सवदेवतानां रक्षाबन्धन पूजनम् अच्छिद्रं
सम्पूर्णम्-अस्तु एवम्-अस्तु ।

ऊपर पकड़े हुए दर्भ के दो तिनके निर्माल्य में डाल कर नैवेद्य खाने की
आज्ञा मांगते हुए पढ़ें—

आज्ञा में दीयतां नाथ नैवेद्यस्यास्य भक्षणे । शरीरयात्रा सिद्ध-
यर्थं भगवन् चन्तुम्-अर्हसि ।

क्षमा पुष्प चढाते हुए पढ़ें—

आप्नोस्मि शरणयोसि सर्वावस्थासु सर्वदा । भगवंस्त्वा प्रपन्नो-
स्मि रक्ष मां शरणागतम् ।

पवित्र निकाल कर हाथ में नारीवन बान्ध कर चुट्ट कहीं बाहर रख
कर निर्माल्य नदी में डाल कर नैवेद्य के साथ दही शकर दायें हथेली में
रख कर मुंह में डालते हुए पढ़ें—

मार्काण्डेय नमस्तेस्तु सप्तकल्पान्तजीवन आयुर आरोग्य सिद्ध-
यर्थम् प्रसीद भगवन् मुने ।

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः
